

چتر بیمه تقدیم می کند

مدیریت مؤثر زمان

صادق عبادی

www.ketab.ir

سرشناسه : عبادی، صادق؛ ۱۳۶۳-

عنوان و نام پدید آور: مدیریت مؤثر زمان / صادق عبادی.

مشخصات نشر : تهران: صادق عبادی، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری : ۱۸۸ ص.

شابک : ۱۳۰۰۰۰ ریال: 978-600-04-4486-0

وضعیت فهرست نویسی: فیا

پیدداشت : کتابنامه: ۱۵۲ ص.

موضوع : مدیریت زمان

موضوع : مدیریت زمان - - جنبه های روانشناسی.

رده بندی کنگره : ۶۹۰/۳ و ۷۴۷ ع ۱۴ ۱۳۹۴

رده بندی دیویی : ۶۵۰ / ۱۱

شماره کتابشناسی ملی: ۴۱۶۱۵۰۶

- عنوان کتاب: مدیریت مؤثر زمان
- برنامه ریزی و اجرا: گروه چتر بیمه
- نویسنده: صادق عبادی
- ویراستار: محسن هلیلی
- طراحی جلد: مسلم عساکره
- صفحه آرای: خلیل غیشاوی
- نوبت چاپ: ۱۳۹۴ اول
- ناشر: مؤلف
- شماره ان: ۱۰۰۰ عدد
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۰۴۲۶-۰ ISBN:978-600-04-4486-0
- قیمت: ۱۳ هزار تومان
- برای خرید این کتاب می توانید سفارش خود را از طریق شماره پتل ۱۰۰۰۰۰۰۰۶۲۵۲۷۸۷ یا همچنین می توانید از روش های زیر دستور سفارش فرمائید:
- موبایل: ۰۹۱۹ - ۹۷۷۴۶۹۳
- پایگاه اینترنتی / ایمیل: www.chatrebime.ir
- info@chtrebime.ir



تمامی حقوق محفوظ و متعلق به نویسنده است.

فهرست مطالب

۶	مقدمه
۹	۱. ارزشمندترین سرمایه ی شما
۲۱	۲. دشمنان مدیریت زمان
۳۱	۳. نیاز به سرعت عمل دارید
۴۹	۴. چرا مارهایمان را عقب می اندازیم؟
۵۵	۵. از هر دقیقه استفاده کنید
۶۳	۶. نزدای مدیریت بر زمان
۷۳	۷. عزم باور را ختم کنید
۸۱	۸. توانایی تان را افزایش دهید
۹۱	۹. روش های جدید مدیریت بر زمان
۹۷	۱۰. ۷ باور غلط در مورد مدیریت زمان
۱۰۵	۱۱. نقش مدیریت فردی در مدیریت زمان
۱۱۳	۱۲. ۱۱۰ نکته طلایی برای مدیریت وثر زمان
۱۵۲	منابع
۱۵۵	ضمیمه و چتر بیمه

هر چه بیشتر به ارزش‌ها و افکار و عقاید مطالعه می‌کنیم، به این نکته پی می‌بریم که همه آن‌ها یک وجه مشترک دارند. آن‌ها ارزش بسیار زیادی برای وقت خود قائل بودند و به طور مداوم سعی می‌کردند که زندگی خود را بهتر سازماندهی کرده و کارآمدتر شوند. حتی نمی‌توان تصور کرد که فردی با زندگی بهم ریخته و بی‌نظم، خوشبخت و موفق باشد. یکی از بهترین یافته‌های مان این است که وقتی قوانین مدیریت زمان را مطالعه می‌کنید، به طور همزمان بسیاری دیگر از عادت‌های خود را بهبود می‌بخشید که منجر به دستاوردهای چشم‌گیر، ثروت و موفقیت در تمام بخش‌های زندگی‌تان می‌شود. امیدوارم این کتاب به شما کمک کند به این قوانین دست یابید.

هدف از نوشتن کتاب

این مجموعه با هدف خلق ۲ ساعت اضافی در زندگی‌تان رو به روی شما است و برای نمایندگان، کارگزاران و بازاریابان فروش بیمه نوشته شده است.

۲ ساعت اضافه، در ۵ روز برابر با ۱۰ ساعت اضافه در هفته است. ۱۰ ساعت اضافه در هفته در ۵۰ هفته سال، مساوی با ۵۰۰ ساعت پر بار در سال است و ۵۰۰ ساعت یعنی ۱۲ هفته چهل ساعته، یا ۳ ماه ساعت کاری پر بار اضافه در سال.

با ۲ ساعت پر بازده اضافه در روز، می توانید زندگی کاری و شخصی خود را متراکم کنید. می توانید به تمام اهداف خود دست یابید و درآمدها را طی ۲ یا ۳ سال افزایش دهید و سرانجام اگر ثروتمند هم نشدید، به استقلال مالی برسید. نقطه آغاز غلبه بر برنامه ریزی قبلی و رفع موانع ذهنی مدیریت زمان، تصمیم گیری واضح و بدون ابهام برای رسیدن به برتری کامل در روش استفاده از وقت، ساعت به ساعت است.

"اگر برای خود اهداف شخصی ندارید، محکومید تا ابد برای فرد دیگری کار کنید."

کار اصلی مدیریت زمان، برنامه ریزی و ساماندهی خود و کارتان برای رسیدن به حداکثر بازدهی است. به یاد داشته باشید که به ازای هر دقیقه برنامه ریزی، ۱۰ دقیقه در وقت صرفه جویی می کنید! پس حالا باید تصمیم بگیرید و در مدیریت زمان، مهارت یافته و متخصص شوید. هدف شما مدیریت دقیق زمان است به طوری که مردم به شما نگاه کنند و شما را الگوی اصلی برای عادات کاری خود قرار دهند.

وقت خود را مانند پول تان کنترل کنید!

آیا می دانید عمر ۸۰ ساله معمولاً چگونه می گذرد؟! به طور متوسط ۳۰ سال خواب، ۱۲ سال تحصیل، ۸ سال استراحت و بیماری، ۷ سال تعطیلات و تفریحات، ۵ سال رفت و آمد، ۴ سال خوردن، ۴ سال تغییر و تحول. این ۷۰ سال، حال با ۱۰ سال باقی مانده چه می کنید؟ فقط ۱۰ سال برای کار مفید و اختیارتان است.

به شما پیشنهاد می کنم ۵ سال از این ۱۰ سال را به فکر کردن اختصاص دهید و به این موضوع فکر کنید که این ۷۵ سال را چگونه به بهترین نحو سپری کنید.

راههای ارتباطی با ما:

www.chatrebime.ir

info@chatrebime.ir

۱۰۰۰۰۰۰۶۲۵۲۷۸۷

صادق عبادی

مشاور فروش بیمه